



Rvanje – Pravila

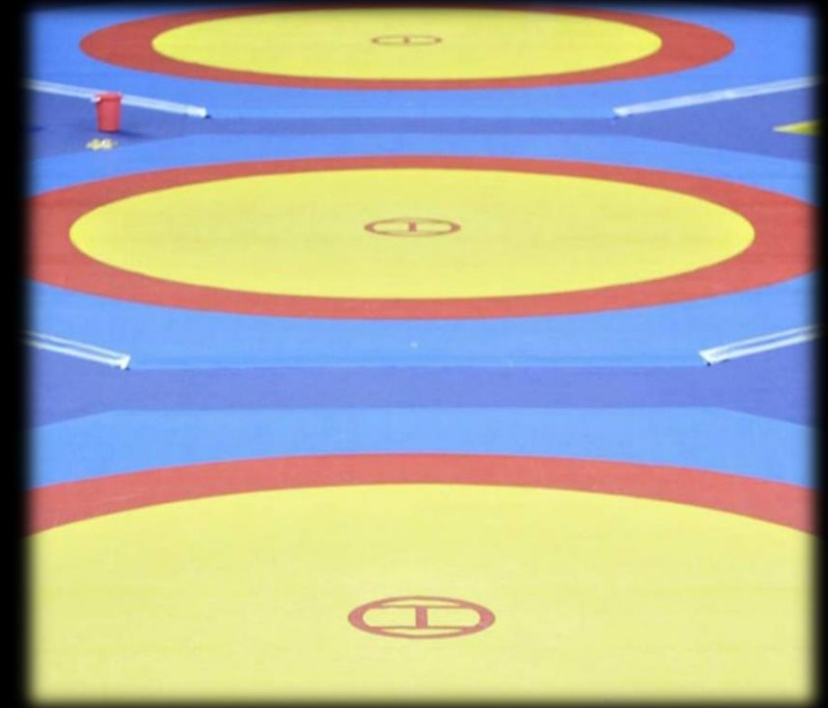
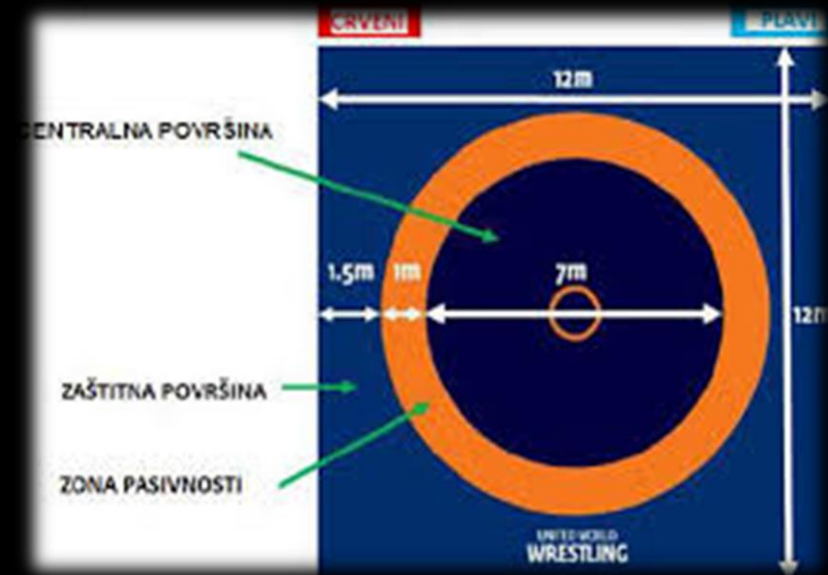




Hamid "Genius" Sourian – Jedan od najvećih rvača grčko-rimskim stilom na planeti.

Dimenzije borilišta

- Centralni krug je centar strunjače - prečnika 1 m. Okružen je pojasom širine 10 cm
- Unutrašnji dio strunjače smješten unutar narandžastog pojasa jeste centralni dio strunjače - prečnika 7 m.
- Narandžasti pojas - zona pasivnosti je širine 1 m.
- Zaštitini dio strunjače je širine 1,5 m.
- Ako se koristi više od jedne strunjače, udaljenost od strunjača mora biti 2 metra.
- Treneri rvača biće smješteni na istoj strani strunjače. Rvač u crvenom dresu smješten je na lijevoj strani, a rvač u plavom dresu smješten je na desnoj strani.



Oprema za nastup

- Rvački dres je standardna oprema koja se koristi u svim olimpijskim stilovima.
- Rvački dres mora biti napravljen od glatke tkanine bez ikakvih tvrdih rubova i da ne predstavljaju nikavu opasnost za iritaciju, kako za korisnika tako i protivnika.
- Rvački dres mora omogućavati rvaču da izvodi sve moguće akcije i tehnike
- Sudija na mjeranju mora prekontrolisati da li svaki takmičar zadovoljava propisane uslove iz ovog člana. Rvač mora biti opomenut na mjeranju ako njegova odjeća nije ispravna. Ako rvač izađe na strunjaču u neispravnoj odjeći za meč, sudijsko tijelo maksimalno će tolerisati jedan minut da se ovo uskladi. Nakon isteka ovog vremena , rvač koji je pogriješio, izgubiće meč bez borbe (forfeit).



Oprema za nastup

- Zabranjeno je :
 - Nositi grb ili skraćenicu neke druge zemlje
 - Mazati tijelo masnim i ljepljivim materijalima
 - Izlaziti na strunjaču u oznojenom stanju prije početka meča, a isto tako i na početku svake runde
 - Nositi zavoje na prstima, zglobovima, rukama i člancima, oni mogu biti prihvaćeni samo u slučaju odobrenja ljekara. Ovi bandažeri moraju biti pokriveni elastičnim flasterima
 - Nositi bilo koji predmet koji bi mogao povrijediti protivnika, kao što je prsten, narukvica, proteze, pirsing i slično



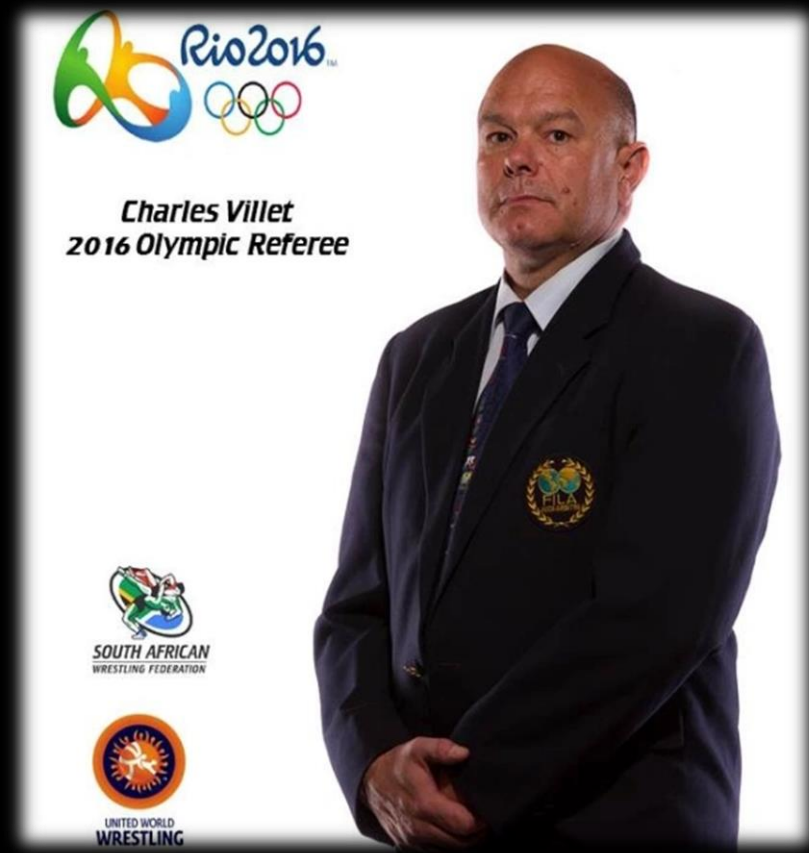
Mjerenje pred takmičenje

- Na svim takmičenjima, mjerenje za svaku težinsku kategoriju održava se svakog jutra. Mjerenje i medicinska kontrola traju 30 minuta.
- Drugog dana u dotičnoj težinskoj kategoriji učestvuju samo rvači koji se takmiče u repesažu i finalu i oni moraju da se pojave na mjeranju. Biće dozvoljeno 2 kg toleransa na drugom mjeranju. Rvači se obavezno mjere u rvačkom dresu.
- Nijedan rvač neće moći da pristupi mjeranju ako nije prošao medicinsku kontrolu. Rvači moraju da se pojave na mjeranju sa međunarodnom takmičarskom knjižicom (licencom) i sa akreditacijom.
- Ako se jedan rvač ili više njih ne pojavi ili su preteški na mjeranju, njihov protivnik/protivnici će biti proglašeni za pobjednika bez borbe.



Sudije

- Na svim takmičenjima, sudijsko tijelo za svaki meč sastavljeno je na sledeći način:
 - 1 predsjednik strunjače
 - 1 sudija na strunjači
 - 1 bodovni sudija
- Sudijsko tijelo nikako ne smije biti sastavljeno od dvojice sudija iste nacionalnosti. Takođe je strogo zabranjeno da jedan član sudijskog tijela obavlja svoju funkciju za vrijeme održavanja meča u kojem je rvač iz iste zemlje.
- Sudijsko tijelo može donijeti odluku jednoglasno ili preglasavanjem dva prema jedan, uključujući i tuš situaciju kada mora biti konsultovan predsjednik strunjače.



Trajanje meča

- Za pionire, kadete i veterane: dvije runde od po 2 minuta uz 30 sekundi odmora.
- Za juniore, U 23 i seniore: dvije runde od po 3 minuta uz 30 sekundi odmora.
- Pobjednik se proglašava sabiranjem bodova iz oba perioda na kraju regularnog vremena. U slučaju evidentne tehničke superiornosti od 8 poena u grčko – rimskom stilu i 10 poena u slobodnom stilu i rvanju za žene znači automatsku pobjedu i kraj borbe.
- „Tuš” automatski zaustavlja meč bez obzira na period.
- Slobodni stil i rvanje za žene: Trajanje runde je 3 minuta. Ako nakon 2 minuta u prvoj rundi, ni jedan rvač nema poen, sudija na strunjači mora obavezno da označi pasivnog rvača.



Poziv na strunjaču

- Takmičari se pozivaju glasno i jasno da izađu na strunjaču. Takmičar ne može biti pozvan da se ponovo bori ako nije prošao period od 20 minuta, računajući od kraja njegove prethodne borbe.
- Rvaču koji ne odgovori na prvu pozivku, toleriše se određeno vrijeme na sledeći način: obavezno je da se takmičar tri puta poziva u razmaku od 30 sekundi. Ovi pozivi upućuju se na francuskom i engleskom jeziku. Ukoliko se nakon trećeg poziva rvač ne pojavi na strunjači, biće disfalifikovan i pobjedu će odnijeti njegov protivnik



Prekid borbe

- Ako borba ne može da bude nastavljena iz zdravstvenih razloga, odluku donosi odgovorni ljekar na takmičenju. Odluka ljekara se ne može promijeniti.
- Ako akcija mora da se zaustavi zbog jednog rvača koji je namjerno povrijedio svog protivnika, rvač koji je napravio prekršaj biće diskvalifikovan.
- Ako rvač zaustavlja borbu bez krvi ili vidljive povrede, na osnovu potvrde ljekara na takmičenju, biće dodeljen 1 bod njegovom protivniku.
- U slučaju da jedan rvač krvari, sudija na strunjači će prekinuti borbu da se zaustavi krvarenje, mjerenje vremena će početi čim ljekar stane na strunjaču. U slučaju da akumulirano vreme prekida borbe zbog ukazivanja pomoći jednom rvaču zbog krvarenja pređe 4 minuta u bilo kom trenutku borbe, predsjednik strunjače će označiti kraj borbe. U tom slučaju povređeni rvač gubi meč i njegov protivnik dobija meč na osnovu povrede protivnika



Kraj borbe

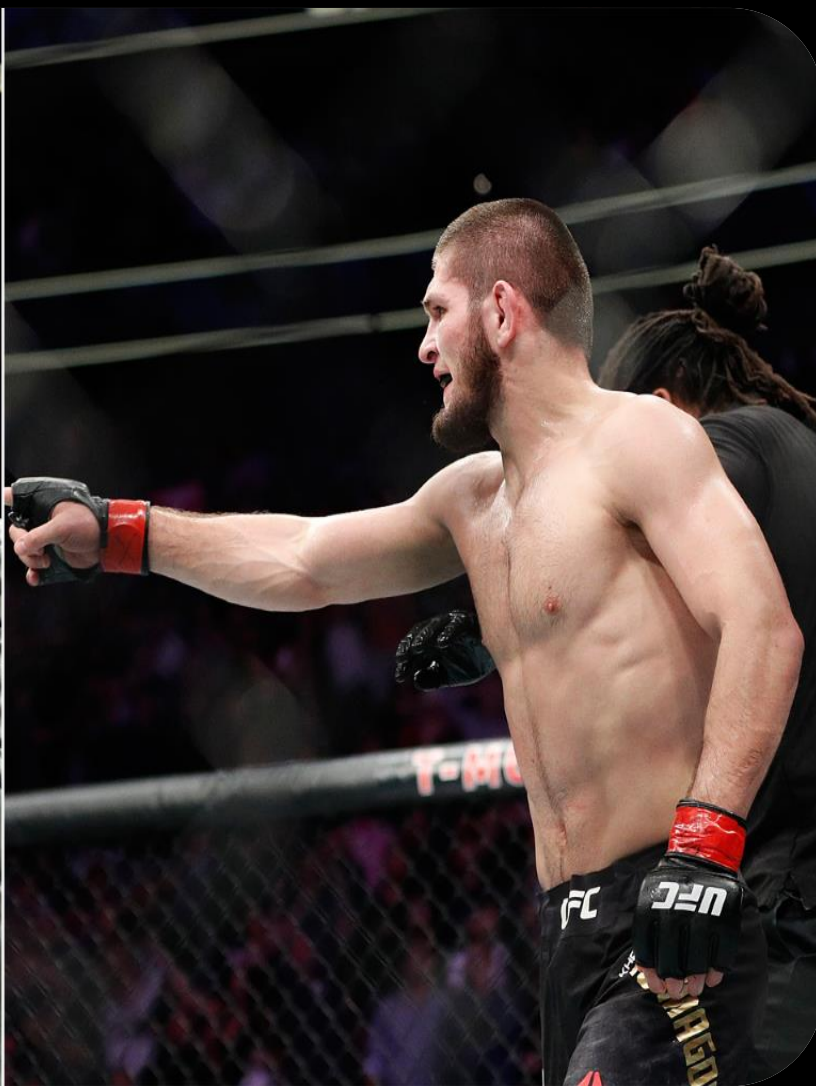
- Do kraja borbe dolazi kada se konstatuje tuš, zbog diskvalifikacije jednog od protivnika, zbog povrede ili po isteku regularnog vremena.
- Meč se završava tehničkom superiornošću (8 poena razlike u grčko - rimskom stilu i 10 poena razlike u slobodnom stilu i rvanju za žene).
- Na kraju meča oba rvača moraju da se rukuju s trenerom svog protivnika. U slučaju nepoštovanja navedenog uputstva, rvač koji je pogijrešio biće kažnjen na osnovu disciplinskog pravilnika.



Vrste pobjede

- Borba se može dobiti na sledeći način:
 - „Tušem”
 - Povredom,
 - Sa dodeljivanjem 3 opomene protivniku za vreme trajanja borbe,
 - Tehničkom superiornošću,
 - Predajom protivnika,
 - Diskvalifikacijom,
 - Na bodove (pobeda za minimalno 1 bod više nakon sabiranja oba perioda)
- U slučaju jednakosti u bodovima, pobjednik će biti proglašen uzimajući u obzir sledeće:
 - Najveća vrijednost zahvata,
 - Manji broj opomena,
 - Poslednji tehnički poen





- O značaju rvanja kada su borilački sportovi u pitanju najbolje govori podatak da su jedni od najvećih MMA boraca u istoriji ovoga sporta među kojima i Khabib Nurmagomedov, Daniel Cormier i Henry Cejudo bili upravo profesionalni rvači

Čelendž

- Čelendž se primenjuje u slučaju kada trener na zahtev rvača traži zaustavljanje akcije pri čemu traži od sudijskog delegata (ili njegovog zamjenika) i predsjednika strunjače, da pregleda video isječak sporne situacije na koju se poziva.
- Svaki rvač ima pravo na jedan (1) čelendž po meču. Ako nakon pregledanog čelendža, sudijski delegat (ili njegov zamjenik) promeni odluku u korist rvača koji je tražio čelendž, onda čelendž može biti ponovo zatražen u toku istog meča.
- Ako sudijski delegat (ili njegov zamjenik) potvrdi odluku sudijskog tijela, rvač gubi pravo na dalji čelendž i njegovom protivniku će biti dodijeljen jedan (1) tehnički bod.



Bodovanje akcija i zahvata



Tuš

- U rvanju “Tuš” predstavlja akciju rvača nakon koje on automatski dobija meč (kao Ippon u džudou).
- Kada podređeni rvač bude zadržan sa oba njegova ramena na strunjači dovoljno dugo da omogući sudiji na strunjači da utvrdi potpunu kontrolu tuša, smatra se da je tuš važeći.
- Tuš nije važeći na zaštitnom dijelu strunjače.
- Ako se rvač sam dovede na oba ramena zbog svoje sopstvene greške ili svog nedozvojenog zahvata, tuš će biti važeći za njegovog protivnika.
- U slučaju tuša, ne može se zatražiti čelendž.



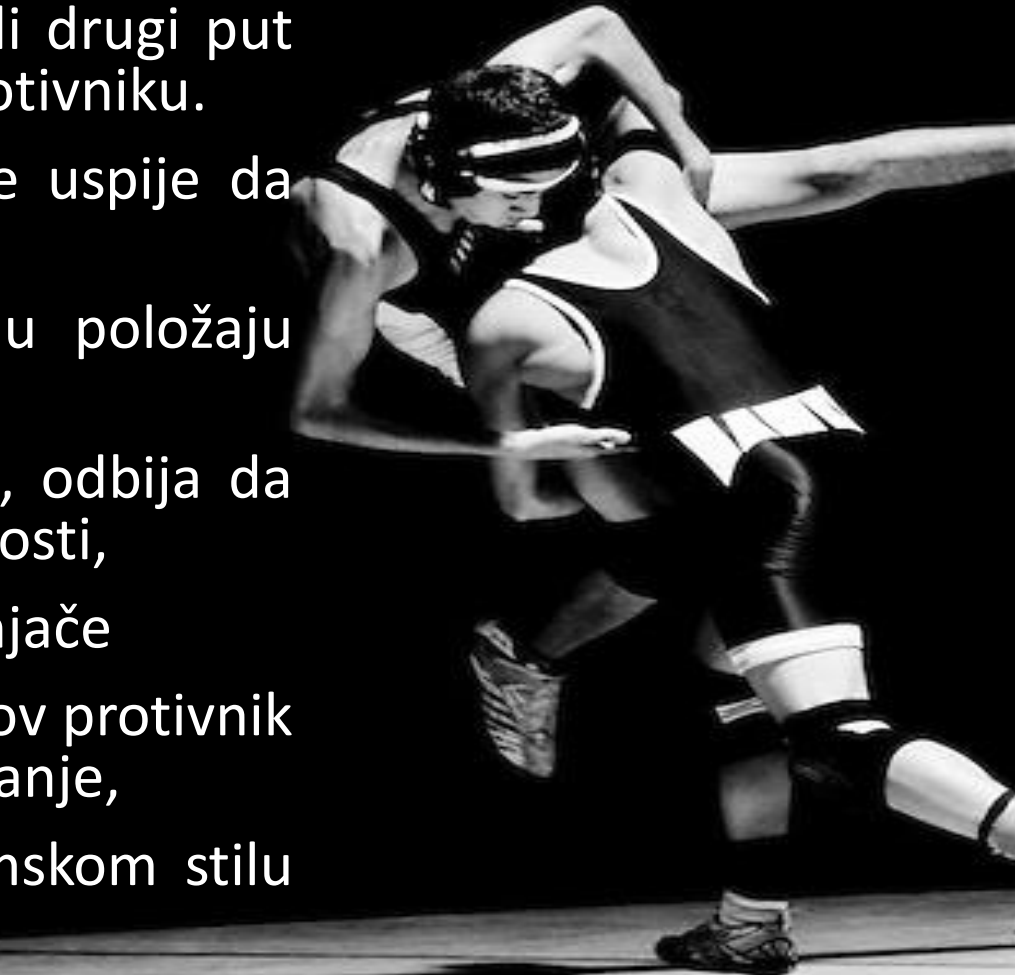
Opasan položaj

- Smatra se da se rvač nalazi u opasnom položaju kada linija njegovih leđa (ili linija ramena), vertikalno ili paralelno prema strunjači, čini sa strunjačom ugao manji od 90° , opirući se u tom trenutku gornjim dijelom tijela, da ne bi bio tuširan.
- Opisan položaj se definiše :
- Kada se rvač u odbrani postavi u most da ne bi bio tuširan
- Kada je rvač u odbrani, leđima okrenut strunjači, naslonjen na jedan lakat ili dva lakta da ne bi bio položen na oba ramena
- Kada je rvač u odbrani jednim ramenom u kontaktu sa strunjačom, a drugim ramenom prelazi vertikalnu liniju od 90° (zatvoreni ugao)
- Kada se rvač okreće preko ramena



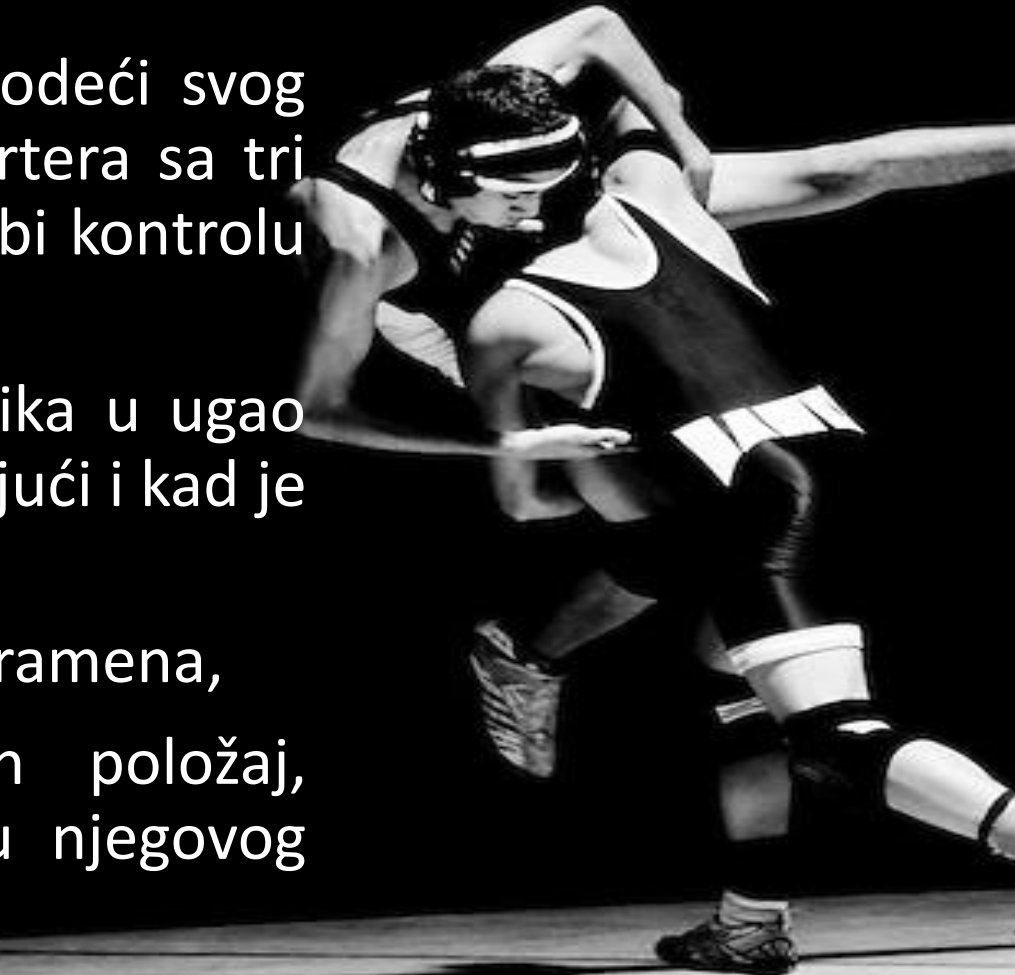
Akcije za koje se dodjeljuje 1 bod

- Rvaču čiji protivnik izađe na zaštitnu zonu sa cijelim stopalom (u stojećem položaju) bez izvođenja zahvata. Kada rvač namjerno gura svog protivnika na zaštitnu površinu bez namjere da izvede akciju, njemu neće biti dodijeljen 1 bod. U slučaju da to uradi drugi put biće kažnjen se opomenom (O) i biće dodijeljen 1 bod protivniku.
- Protivniku rvača koji je označen kao pasivan, a koji ne uspije da napravi bodove u toku 30 sekundi u slobodnom stilu,
- Prevrtnje (kontra napad nad dominantnim rvačem u položaju partera i dolazak za leđa),
- Napadaču kojem protivnik bježi iz zahvata na strunjači, odbija da započne borbu, napravi zabranjenu akciju ili zbog brutalnosti,
- Napadaču čiji protivnik u opasnom položaju bježi sa strunjače
- Rvaču koji je spriječen da završi zahvat iz razloga što njegov protivnik pravi nedozvoljen pokret, ali koji ipak uspije da završi bacanje,
- Rvaču čiji protivnik je označen kao pasivan u grčko-rimskom stilu rvanja.



Akcije za koje se dodjeljuju 2 boda

- Rvaču koji savlada, a potom i kontroliše svog protivnika dolaskom za leđa (tri tačke kontakta: dvije ruke i jedno koljeno ili dva koljena i jedna ruka ili glava),
- Rvaču koji izvede ispravan i kompletan zahvat dovodeći svog protivnika na stomak u bočni položaj ili položaj partera sa tri tačke oslonca, pri tom napadnuti rvač mora da izgubi kontrolu tokom bacanja,
- Rvaču koji izvodi zahvat kojim dovodi svog protivnika u ugao između grudi i strunjače manji od 90 stepeni, računajući i kad je njegov protivnik na jednoj ili dvije opružene ruke
- Rvaču napadaču čiji se protivnik okreće preko svojih ramena,
- Rvaču koji dovede svog protivnika u opasan položaj, blokiranjem protivnika (konta zahvat) u izvođenju njegovog zahvata u stojećem položaju



Akcije za koje se dodjeljuju 4 boda

- Rvaču koji izvodi zahvat iz stojećeg položaja i dovede svog protivnika u opasan položaj na kontinuiran i tečan (povezan) način,
- Za izvođenje svakog zahvata koji podrazumijeva podizanje i odvajanje protivnika sa strunjače i dovođenje svog protivnika u opasan položaj sa malom amplitudom, bez obzira da li su jedno ili oba koljena napadača na strunjači,
- Rvaču koji izvede zahvat velike amplitude, ali ne dovede protivnika u opasan položaj direktno i trenutno.



Akcije za koje se dodjeljuje 5 bodova

- Svi zahvati izvedeni iz stojećeg položaja sa velikom amplitudom, koji dovode napadnutog rvača u opasan položaj direktno i trenutno.
- Zahvat koji rvač izvede iz partera, kojim odvoji protivnika od podloge i izvede zahvat sa velikom amplitudom dovodeći protivnika direktno i trenutno u opasan položaj.



Rvanje u parteru

- Ako je tokom meča jedan od rvača doveden u parter, borba se nastavlja u parteru, a donji rvač može sprečavati napore svog protivnika i ustati ili izvesti bilo koji kontranapad koji želi. Ako jedan rvač dovede svog protivnika u parter i zbog dobre odbrane napadnutog rvača ne može izvesti nijednu akciju, sudija će nakon određenog vremena zaustaviti borbu i narediti rvanje u stojećem položaju.
- Kad napadač izvodi zahvate kao gornji u grčko - rimskom stilu, donjem rvaču nije dozvoljeno da stavlja više od jedne ruke na gornji dio tijela protivnika.
- Napadaču je zabranjeno da u borbi skače po svom protivniku.



Zabrane

- Rvačima je zabranjeno:
 - Povlačenje za kosu, uši, genitalne organe, štipanje, ujedanje, uvrtnje prstiju ili stopala itd.,
 - Udaranje nogom, glavom, gušenje, guranje, bacanje zahvata koji mogu dovesti u opasnost život protivnika ili izazvati prelom, dodirivanje lica između obrve u usne linije,
 - Udarati laktom ili koljenom u stomak protivnika, izvoditi bilo kakvo uvrtnje da mu se nanese bol, držati protivnika za dres,
 - Grčevito se držati za strunjaču,
 - Razgovarati za vreme meča,
 - Držati stopalo protivnika,
 - Međusobno se dogovarati o rezultatu borbe,
 - Hvatanje ili blokiranje prstiju kako bi se zaustavio protivnik u cilju sprečavanja aktivnog rvanja.



Nedozvoljeni zahvati

- Držanje za grlo,
- Uvrtnanje ruke za više od 90°,
- Pravljenje poluge na podlaktici,
- Držanje glave ili vrata sa dve ruke, kao i sve situacije i položaji gušenja,
- „Dvostruki Nelson”, ukoliko nije izveden sa strane, bez ikakve upotrebe nogu na bilo kojem dijelu tijela protivnika,
- Izvođenje zahvata naprežući (istežući) kičmu protivnika;
- Zahvat samo za glavu („kravata”) jednom rukom ili dvije ruke bez obzira na to u kojem se pravcu izvodi,
- Dozvoljeni su samo zahvati glave i jedne ruke,
- Podizati protivnika koji je u mostu i zatim ga ponovo bacati na strunjaču (grub udarac o strunjaču), što znači da most treba “lomiti” pritiskom,
- “Rušiti” most gurajući u pravcu glave,
- U izvođenju zahvata dozvoljeno je držati glavu ili vrat protivnika samo jednom rukom.



“Gospodar si riječi koju nisi izgovorio, a rob one koju si rekao”.
-Arapska poslovice



Jordan Burroughs – Američki rvač koji se smatra jednim od najvećih rvača svih vremena

HVALA NA PAŽNJI !!!

